

RAKASTA JUMALAA – PIDÄ YHTEYTTÄ YLÄKERTAAN

III Sovella

Johdanto

Mikä tekee ihmissuhteesta vahvan? Vastauksia voi löytää monia, mutta ennen kaikkea suhteen kehittyminen vahvaksi vaatii aikaa. Kysypä puistossa käsi kädessä kulkevalta iäkkäältä pariskunnalta, toisensa vuosikymmeniä tunteneilta ystävyksiltä, tai työtovereilta, jotka toimivat aidosti tiiminä. Yhteistä kaikille on aika, jota osapuolet ovat antaneet toisilleen.

Yhteisen ajan vaaliminen ei käy itsestään, eivätkä passiiviset ihmissuhteet ihmissuhteet syvene. Vahvoissa ihmissuhteissa on nähty vaivaa yhteisen ajan vaalimiseksi. Iäkäs pariskunta on vuosien ajan varannut päivällisen kuulumisten vaihtoon. Vuosikymmeniä vanha ystävyys on muuttunut opiskelujen jälkeen välimatkan kasvettua, mutta yhteyden säilymiseksi nuo kilometrit on kurottu umpeen jokakesäisissä tapaamisissa. Tiivis työporukka taas viettää työyhteisöpäivää säännöllisesti kausittain. Aikaa ei ole ellei sitä oteta, ja se vaatii suunnittelua.

Se mikä pätee ihmissuhteisiin, pätee myös jumalasuhteeseen. Jos haluamme vaalia jatkuvaa ja elävää suhdetta Jumalaan, meidän täytyy panostaa siihen aikaa. Ja jotta ajan ottaminen Jumalalle todella toteutuisi, meiltä vaaditaan suunnitelmallisuutta. Siksi seuraavan harjoituksen tarkoitus on auttaa sinua varaamaan päämäärätietoisesti aikaa Jumalan kanssa seurustelemiseen.

Suunnitelma ei tarkoita sitä, ettetkö joskus poikkeaisi siitä tai että olet sidottu siihen kaavamaisesti. Suunnitelma on sinun omasi ja voit muuttaa sitä elämäntilanteesi mukaan. Ilman päätöstä varata aikaa Jumalalle aikamme kuitenkin kuluu helposti ja huomaamatta kaikkeen muuhun.

Tätä harjoitusta varten erotamme kaksi ajanjaksoa:

Päivittäinen aika

Päivittäinen aika kuluu tavallisiin arjen rutiineihin. Ihmissuhteissa se voi olla päivittäin perheillallinen tai viikottainen lounastapaaminen ystävän kanssa. Kun varaat päivittäin aikaa Jumalalle, lisää sen todennäköisyyttä, että todella seurustelet hänen kanssaan.

Irtiotto

Teemme ajoittain irtiottoja arjesta nauttiaksemme meille mieluisista asioista kuten lomamatkoista, harrastuksista tai juhlapyhistä. Ihmissuhteissa yhteinen irtiotto voi tarkoittaa yhteistä vuosittaista lomaa tai työtiimin kausittaista virkistyspäivää. Vapaan iltapäivän tai stressittömän lomapäivän viettäminen Jumalan kanssa rikastaa ystävyttäsi hänen kanssaan suuresti.

Millainen sinä olet?

Kun suunnittelet Jumala-aikaasi, ota huomioon oma yksilöllisyytesi. Sen avuksi:

- 1) Lue alla olevat ihmistyyppikuvaukset ja rasti ne, jotka sopivat sinuun.
- 2) Numeroi rastimasi kuvaukset mieleiseesi paremmuusjärjestykseen.

Taiteilijasielu

Taiteilijat ajattelevat luonnostaan kuvina ja vertauskuvina, ja saavat parhaiten yhteyden Jumalaan aistiensa kautta. Musiikki, suitsukkeiden tuoksu, ikonit tai kirkkotilan kauneus kääntävät taiteilijan sydämen taivasta kohti. Koska ympäristö vaikuttaa taiteilijoihin voimakkaasti, hiedän kannattaa kiinnittää siihen huomiota avatessaan keskustelun Jumalan kanssa. Taiteilijat voivat myös lähestyä Jumalaa käsityön ja taiteen kautta kuten maalaamalla tai valokuvaamalla. Näin he sekä ylistävät Jumalan luomisvoimaa että sukeltavat hengellisiin syvyyksiin.

Urheilija

Urheilijoille on luontaista olla liikkeellä. He löytävät parhaiten yhteyden Jumalaan fyysisen aktiiviteetin aikana. Reipas juoksulenkki tai kuntosalitreeni vapauttavat energiaa ja tyhjentävät mieltä, niin että he voivat kuulla Jumalan äänen selvästi. Urheilijoista yhteys Jumalaan hiljaisen rukouksen tai mietiskelyn kautta voi tuntua vieraalta. Kuitenkin he saattavat hyötyä siitä, kunhan pitävät annokset pieninä, ainakin aluksi.

Mietiskelijä

Mietiskelijät ovat onnellisimmillaan syvien mietteiden keskellä. He ovat yhteydessä Jumalaan parhaiten pohdiskelevan mietiskelyn kautta. He ovat tarkkanäköisiä ja havainnoivat ympäristöään tarkasti. Vastakohtana urheilijaan, mietiskelijä kokee ajatusten selkeyttä hiljaisuudessa ja rauhassa. Hiljaisuus myös mahdollistaa mietiskelijälle hengellisten nyanssien ja piirteiden kokemista.

Musiikin rakastaja

Musiikin rakastajat ovat usein muusikkoja mutta eivät välttämättä aina. He tunnistavat eron kliiseen ja mukaansa tempaavan musiikin välillä. Musiikin rakastajilla on omat suosikkinsa musiikkityyleissä mutta ennen kaikkea he arvostavat hyvää musiikkia yleisesti. Musiikin rakastajat rakastavat musiikkia, koska se koskettaa syvästi heidän sisintään. Musiikin rakastajat voivat valita tiettyjä lauluja ja kappaleita, jotka inspiroivat yhteyteen Jumalan kanssa. Ne, joilla on musikaalisia kykyjä, saattavat käyttää aikaa Jumalan kanssa myös oman musiikin luomiseen tai sen esittämiseen.

Luontoihminen

Luontoihminen pääsee yhteyteen Jumalan kanssa parhaiten luontokokemusten kautta. Osa heistä nauttii vaativista patikoinneista vuorilla ja toiset puolestaan rauhallisista kävelyistä puutarhassa. Molemmissa tapauksissa luontoihmiset nauttivat maisemista, luonnon äänistä ja raittiista ilmastista. Luonnon ihmeet ja kauneus inspiroivat kohti Jumalaa ja Jumalan ajattelemista.

Tutkijatyyppe

Tutkijan tyypillinen piirre on sammumaton tiedon nälkä ja he haluavat saavuttaa ymmärrystä asioista entistä syvemmin. Sen vuoksi myös Jumalan yhteyteen pääseminen onnistuu tutkijoilta helpoiten Raamatun tekstien opiskelun kautta. Tutkijat harvoin tyytyvät vastaukseen, että jokin uskonnollinen väite on tosi, vaan he haluavat tietää, miksi se on tosi ja miten sopii muuhun uskonnolliseen kontekstiin. Tutkijat nauttivat teologisesta pohdinnasta ja Raamatun ymmärtämisestä sen alkuperäisessä kontekstissaan.

Kirjoittaja

Kirjoittajat nauttivat ajatusten jalostamisesta sanojen kautta. Heille kirjan sivu ei ole pelkkää tekstiä vaan kokoelma lukuisia hienosäädettyjä fraaseja tai huolellisesti muotoiltuja kappaleita. Ollessaan yhteydessä Jumalan kanssa kirjoittajat haluavat löytää juuri oikeat sanat ajatuksiaan ja mielen tunnelmaa kuvaamaan. Kirjoittajat hiovat lauseita selkeyttääkseen ajatuksiaan. Prosessin kuluessa he eivät vain ilmaise omia ajatuksiaan, vaan myös kuulevat Jumalan äänen enenevässä määrin.

Ideoi

Pidä mielessäsi omat erityispiirteesi ja

1) Ideoi tapoja, joilla voisit vaalia jumalasuhtettasi. Älä analysoi ideoitasi tässä vaiheessa, vaan anna ajatustesi lentää vapaasti ja kirjoita ideasi ylös.

2) Järjestä ideasi otsikoiden “Päivittäinen suunnitelma” tai “irtiottosuunnitelma” alle. (Katso aikatyypit ensimmäiseltä sivulta.)

Päivittäinen suunnitelma

Esimerkki urheilijalle tai luontoihmiselle:

- Mietiskele Raamatun lauseita polkiessasi kuntopyörää.

- Puhu Jumalalle iltalenkillä.

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

Kausittainen suunnitelma

Esimerkki urheilijalle tai luontoihmiselle:

- Mene patikoimaan yhdeksi viikonlopuksi ja käytä tämä aika keskusteluun Jumalan kanssa.

- Suunnittele telttaretki yksin tai ryhmäsi kanssa. Ota kitara mukaan ylistyslauluja varten

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

Luo päivittäinen suunnitelma

Nyt valitse toteuttamiskelpoiset ideat päivittäiseen suunnitelmaasi. Tee siitä mieluummin realistinen kuin idealistinen. Pienet, toistuvat askeleet pitkän ajan kuluessa kantavat pitkälle.

Päivittäin:

1. Lue

Valitse päivittäinen aika, jonka käytät Raamatun lukemiseen.

Valitse lukupaikka, joka toimii arjessasi ja sopii persoonallesi.

2. Opettele ulkoa

Valitse päivittäinen aika, jolloin kertaat valitsemiasi muistolauseita (juoksulenkillä, ennen nukkumaanmenoa, heti heräämisen jälkeen aamulla, lounasaikaan, tiskatessa jne.). Voit myös kirjoittaa niistä muistilapun tai kalenterimuistutuksen.

3. Mietiskele

Valitse päivittäinen aika, jolloin mietiskelet lukemaasi ja keskustele Jumalan kanssa. Voit yhdistää sen lukuhetkeesi, mutta jos luet iltaisin tai aamuisin, erillinen mietiskelyaika antaa mahdollisuuden palauttaa lukemasi kohdat mieleen myöhemmin samana tai seuraavana päivänä. Näin mietiskely auttaa yhdistämään lukemasi kohdat arkielämään.

Luo suunnitelma irtiotoille

Lähde liikkeelle asioista, joiden kautta koet eniten Jumalan läheisyyttä, ja suunnittele ideoidesi pohjalta ainakin yksi irtiotto Jumalan kanssa. Mieti, haluatko kokeilla kuukausittaista, neljännesvuosittaista tai vuosittaista perinnettä.

Mikäli irtioton suunnitteleminen tuntuu vaikealta, kehitä ideoitasi tai muuta ajankohtaa sopivammaksi. Irtioton on oltava sinun näköisesi ja jotakin sellaista, jota odotat innolla!